

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

4

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
ALCACHOFAS CON JAMÓN
POLLO ASADO A LA PROVENZAL
ALITAS DE POLLO AL AJILLO
LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA
FRUTA

5

ARROZ CON TOMATE NATURAL Y OLIVAS NEGRAS
ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
TORTILLA DE ATÚN
ENSALADA MIXTA
FRUTA

6

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
PISTO DE VERDURAS
ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN Salsa ESPAÑOLA
RAGOUT DE TERNERA
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

7

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
ALUBIAS BLANCAS CON ARROZ INTEGRAL
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
BUTIFARRA CON SAMFAINA
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
FRUTA

8

MACARRONES (INTEGRAL) A LA NORMA
MACARRONES INTEGRALES CON VERDURAS
ABADEJO FRITO CON Salsa AGRIDULCE
ABADEJO EN ADOBO
ENSALADA DE REMOLACHA
YOGUR

11

CREMA DE VERDURAS
COLIFLOR AL AJO ARRIERO
JAMONCITOS DE POLLO CON MIEL Y MOSTAZA
POLLO ASADO CON PIÑA
PATATA PANADERA CON PIMIENTOS
FRUTA

12

JORNADA CHICHÉN ITZA (MÉXICO)
ARROZ A LA MEXICANA
CREMA DE FRIJOLAS CON MAÍZ
CHILI CON CARNE
CARNE MOLIDA DE CERDO CON VERDURAS
PICO DE GALLO (Pimiento, tomate y cebolla)
FRUTA

13

FIDEUA CON POLLO
FIDEOS A LA CAZUELA CON VERDURAS
JUREL CON AJITOS EN Salsa DE TOMATE
JUREL AL HORNO
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA

14

SOPA DE COCIDO
SOPA DE VERDURAS CON PASTA
COCIDO MADRILEÑO
SALTEADO DE GARBANZOS, VERDURAS, COUS
COUS Y POLLO AL CURRY
REPOLLO
FRUTA

15

BRÓCOLI GRATINADO
VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
COLIFLOR)
TORTILLA DE PATATAS CON Salsa DE CHAMPIÑONES
REVUELTO DE MOZZARELLA Y ENELDO
LECHUGA Y MAÍZ
YOGUR

18

TALLARINES CON TOMATE Y QUESO
TALLARINES CON VERDURAS AL ESTILO THAI
CALAMARES A LA ROMANA
GOULASH DE CALAMARES
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

19

LENTEJAS CON VERDURAS Y QUINOA (ECOLÓGICO)
LENTEJAS CON CALABACÍN
SOLOMILLO DE CERDO EN Salsa DE MANZANA
COSTILLAS CON Salsa BARBACOA
FRUTA

20

SOPA DE PRIMAVERA CON HUEVO PICADO
SOPA DE PESCADO CON PASTA MARAVILLA
MERLUZA EN Salsa VERDE
LECHUGA Y TOMATE
PALMERITAS DE HOJALDRE/CHOCOLATE

21

ARROZ MILANESA CON YORK Y QUESO
ARROZ TRES DELICIAS
HAMBURGUESA COMPLETA
HAMBURGUESA 100% TERNERA SOBRE Salsa DE
CHAMPIÑONES
ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA
HELADO

22

NO LECTIVO

25

FESTIVO

26

FESTIVO

27

FESTIVO

28

FESTIVO

29

FESTIVO



Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

SEAFOOD RICE WITH SQUID AND PRAWNS
RICE BROTH WITH VEGETABLES
FRENCH OMELETTE
HAM AND CHEESE QUICHE
LETTUCE AND SWEETCORN
YOGHURT

6

7

8

9

10

GREEN BEANS WITH OLIVE OIL
ARTICHOKE WITH HAM
CHICKEN ROASTED PROVENÇAL
GARLIC CHICKEN WINGS
LETTUCE, SWEETCORN AND CARROTS
FRUIT

RICE WITH FRESH TOMATO AND BLACK OLIVES
PAELLA WITH VEGETABLES
SPANISH OMELETTE
TUNA OMELETTE
MIXED SALAD
FRUIT

CREAM OF LEEK AND COURGETTE SOUP
RATATOUILLE
BEEF DUMPLINGS IN SPANISH SAUCE
BEEF RAGOUT
TOMATO AND OLIVES
FRUIT

HARICOT BEANS WITH VEGETABLES
HARICOT BEANS WITH (ECOLOGICAL) RICE
GRILLED PORK LOIN SLICES
SAUSAGE WITH RATATOUILLE
LETTUCE AND RED PEPPER
FRUIT

PASTA (INTEGRAL) WITH NORMA'S SAUCE
WHOLE-WHITE MACARONI WITH VEGETABLES
FRIED HADDOCK WITH SWEET-SOUR SAUCE
MARINATED FISH
BEETROOT SALAD
YOGHURT

11

12

13

14

15

VEGETABLE CREAM
CAULIFLOWER WITH GARLIC
CHICKEN HAM WITH HONEY AND MUSTARD
ROAST CHICKEN WITH PINEAPPLE
THIN SLICED POTATOES WITH PEPPERS
FRUIT

JORNADA CHICHÉN ITZA (MÉXICO)
MEXICAN RICE
BEAN CREAM WITH CORN
CHILI WITH MEAT
GROUND PORK WITH VEGETABLES
"PICO DE GALLO" (Pepper, tomato and onion)
FRUIT

FIDEUA (NOODLES) WITH CHICKEN
HOME-MADE NOODLES WITH VEGETABLES
HORSE MACKEREL WITH GARLIC IN TOMATO SAUCE
BAKED HORSE MACKEREL
LETTUCE AND MUNG BEAN
FRUIT

TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH
CHICKEN AND VEGETABLES
VEGETABLES SOUP WITH PASTA
CHICKPEAS, CHICKEN, CARROTS, POTATO &
CABBAGE STEW
SAUTEED CHICKPEAS, VEGETABLES, COUS COUS
AND CHICKEN CURRY
CABBAGE
FRUIT

BAKED BROCCOLI
TRICOLOR VEGETABLE (BROCCOLI, CARROT,
CAULIFLOWER)
SPANISH OMELETTE WITH MUSHROOM SAUCE
SCRAMBLED MOZZARELLA AND DILL
LETTUCE AND SWEETCORN
YOGHURT

16

17

18

19

20

TAGLIATELLE WITH TOMATO AND CHEESE
THAI-STYLE VEGETABLE NOODLES
ROMAN-STYLE CALAMARI
SQUID GOULASH
LETTUCE AND CUCUMBER
FRUIT

LENTIL STEW WITH VEGETABLES AND QUINOA
(ECOLOGICAL)
LENTILS WITH ZUCCHINI
PORK TENDERLOIN IN APPLE SAUCE
RIBS WITH BARBACUE SAUCE
FRUIT

SPRING SOUP WITH HARD EGG
FISH SOUP WITH PASTA
HAKE IN GREEN SAUCE
LETTUCE AND TOMATO
PUFF PASTRY HEARTS AND CHOCOLATE HEARTS

MILANESA STYLE RICE WITH COOKED HAM AND
CHEESE
CHINESE FRIED RICE
COMPLETE HAMBURGER
100% BEEF BURGER OVER MUSHROOM SAUCE
LETTUCE, ONION AND CARROT
ICE CREAM

NO LECTIVO

21

22

23

24

25

FESTIVO

FESTIVO

FESTIVO

FESTIVO

FESTIVO



Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.

C. LICEO SOROLLA - Guardería

Marzo - 2024

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

656 Kcal. P.: 14 HC.: 46 L.: 39 G.: 9

ARROZ ABANDA
TORTILLA FRANCESA
LECHUGA Y MAÍZ
YOGUR

6

521 Kcal. P.: 20 HC.: 32 L.: 44 G.: 10

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
POLLO ASADO A LA PROVENZAL
LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA
FRUTA

7

811 Kcal. P.: 10 HC.: 47 L.: 42 G.: 8

ARROZ CON TOMATE
TORTILLA DE PATATAS
ENSALADA MIXTA
FRUTA

8

643 Kcal. P.: 13 HC.: 33 L.: 52 G.: 14

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA ESPAÑOLA
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

9

817 Kcal. P.: 17 HC.: 29 L.: 50 G.: 15

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
FRUTA

10

730 Kcal. P.: 20 HC.: 46 L.: 33 G.: 8

MACARRONES (INTEGRAL) A LA NORMA
ABADEJO FRITO CON SALSA AGRIDULCE
ENSALADA DE REMOLACHA
YOGUR

11

757 Kcal. P.: 25 HC.: 29 L.: 43 G.: 10

CREMA DE VERDURAS
JAMONCITOS DE POLLO CON MIEL Y MOSTAZA
PATATA PANADERA CON PIMIENTOS
FRUTA

12

835 Kcal. P.: 12 HC.: 46 L.: 39 G.: 10

JORNADA CHICHÉN ITZA (MÉXICO)
ARROZ A LA MEXICANA
CHILI CON CARNE
PICO DE GALLO (Pimiento, tomate y cebolla)
FRUTA

13

736 Kcal. P.: 21 HC.: 44 L.: 33 G.: 7

FIDEUA CON POLLO
JUREL CON AJITOS EN SALSA DE TOMATE
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA

14

629 Kcal. P.: 16 HC.: 50 L.: 31 G.: 7

SOPA DE COCIDO
COCIDO MADRILEÑO
REPOLLO
FRUTA

15

705 Kcal. P.: 13 HC.: 29 L.: 56 G.: 13

CREMA DE BRÓCOLI
TORTILLA DE PATATAS CON SALSA DE CHAMPIÑONES
LECHUGA Y MAÍZ
YOGUR

16

767 Kcal. P.: 10 HC.: 44 L.: 43 G.: 7

TALLARINES CON TOMATE Y QUESO
CALAMARES A LA ROMANA
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

17

644 Kcal. P.: 23 HC.: 41 L.: 32 G.: 8

LENTEJAS CON VERDURAS Y QUINOA (ECOLÓGICO)
SOLOMILLO DE CERDO EN SALSA DE MANZANA
FRUTA

18

522 Kcal. P.: 17 HC.: 43 L.: 38 G.: 10

SOPA DE PRIMAVERA CON HUEVO PICADO
MERLUZA EN SALSA VERDE
LECHUGA Y TOMATE
PALMERITAS DE HOJALDRE/CHOCOLATE

19

967 Kcal. P.: 13 HC.: 46 L.: 40 G.: 14

ARROZ MILANESA CON YORK Y QUESO
HAMBURGUESA COMPLETA
ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA
HELADO

20

NO LECTIVO

21

FESTIVO

22

FESTIVO

23

FESTIVO

24

FESTIVO

25

FESTIVO



MERIENDA: FRUTA



MERIENDA: LÁCTEO



MERIENDA: FRUTA



MERIENDA: LÁCTEO



MERIENDA: LÁCTEO



MERIENDA: FRUTA

NOTAS: **Leyenda:** Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas/ H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Aportes calóricos teóricos calculados para niños de 3 años. Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.



Liceo Sorolla International School

C. LICEO SOROLLA-Infantil-1er Turno Primaria

Marzo - 2024

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

656 Kcal. P.: 14 HC.: 46 L.: 39 G.: 9

ARROZ ABANDA
TORTILLA FRANCESA
LECHUGA Y MAÍZ
YOGUR

6

521 Kcal. P.: 20 HC.: 32 L.: 44 G.: 10

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
POLLO ASADO A LA PROVENZAL
LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA
FRUTA

7

811 Kcal. P.: 10 HC.: 47 L.: 42 G.: 8

ARROZ CON TOMATE
TORTILLA DE PATATAS
ENSALADA MIXTA
FRUTA

8

643 Kcal. P.: 13 HC.: 33 L.: 52 G.: 14

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSAS ESPAÑOLA
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

9

817 Kcal. P.: 17 HC.: 29 L.: 50 G.: 15

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
FRUTA

10

730 Kcal. P.: 20 HC.: 46 L.: 33 G.: 8

MACARRONES (INTEGRAL) A LA NORMA
ABADEJO FRITO CON SALSAS AGRIDULCE
ENSALADA DE REMOLACHA
YOGUR

11

757 Kcal. P.: 25 HC.: 29 L.: 43 G.: 10

CREMA DE VERDURAS
JAMONCITOS DE POLLO CON MIEL Y MOSTAZA
PATATA PANADERA CON PIMIENTOS
FRUTA

12

835 Kcal. P.: 12 HC.: 46 L.: 39 G.: 10

JORNADA CHICHÉN ITZA (MÉXICO)
ARROZ A LA MEXICANA
CHILI CON CARNE
PICO DE GALLO (Pimiento, tomate y cebolla)
FRUTA

13

736 Kcal. P.: 21 HC.: 44 L.: 33 G.: 7

FIDEUA CON POLLO
JUREL CON AJITOS EN SALSAS DE TOMATE
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA

14

629 Kcal. P.: 16 HC.: 50 L.: 31 G.: 7

SOPA DE COCIDO
COCIDO MADRILEÑO
REPOLLO
FRUTA

15

705 Kcal. P.: 13 HC.: 29 L.: 56 G.: 13

CREMA DE BRÓCOLI
TORTILLA DE PATATAS CON SALSAS DE CHAMPIÑONES
LECHUGA Y MAÍZ
YOGUR

18

767 Kcal. P.: 10 HC.: 44 L.: 43 G.: 7

TALLARINES CON TOMATE Y QUESO
CALAMARES A LA ROMANA
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

19

644 Kcal. P.: 23 HC.: 41 L.: 32 G.: 8

LENTEJAS CON VERDURAS Y QUINOA (ECOLÓGICO)
SOLOMILLO DE CERDO EN SALSAS DE MANZANA
FRUTA

20

522 Kcal. P.: 17 HC.: 43 L.: 38 G.: 10

SOPA DE PRIMAVERA CON HUEVO PICADO
MERLUZA EN SALSAS VERDE
LECHUGA Y TOMATE
PALMERITAS DE HOJALDRE/CHOCOLATE

21

967 Kcal. P.: 13 HC.: 46 L.: 40 G.: 14

ARROZ MILANESA CON YORK Y QUESO
HAMBURGUESA COMPLETA
ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA
HELADO

22

NO LECTIVO

25

FESTIVO

26

FESTIVO

27

FESTIVO

28

FESTIVO

29

FESTIVO



NOTAS: **Legenda:** Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas / H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Aportes caloríficos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.



International School

C. LICEO SOROLLA - PROPUESTA DE CENAS

Marzo - 2024

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

ESPINACAS A LA CREMA
TRUCHA A LA MEDITERRANEA CON OLIVAS
YOGUR

6

7

8

9

10

SOPA DE ESTRELLAS
BACALAO A LA PLANCHA
YOGUR

MENESTRA DE VERDURAS
CHULETA DE CERDO
YOGUR

CHAMPIÑONES AL AJILLO
POLLO EN SALSA
YOGUR

COLIFLOR CON BECHAMEL
TORTILLA FRANCESA
YOGUR

CREMA DE ZANAHORIAS
CONEJO AL AJILLO
YOGUR

11

12

13

14

15

MACARRONES CON VERDURAS
GALLO SAN PEDRO AL HORNO
YOGUR

JORNADA CHICHÉN ITZA (MÉXICO)
ALCACHOFAS SALTEADAS
PAVO A LA PLANCHA
YOGUR

CREMA DE VERDURAS
HUEVOS REVUELTOS CON QUESO Y TOMATE
YOGUR

PATATAS ALIÑADAS
MAGRO DE CERDO
YOGUR

ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES
FILETE DE POLLO EMPANADO
YOGUR

16

17

18

19

20

BERENJENA A LA PLANCHA
JAMONCITOS DE POLLO AL LIMÓN
YOGUR

PATATAS GUIADAS
HUEVOS REVUELTOS
YOGUR

CREMA DE CALABACÍN
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA
YOGUR

COLIFLOR AL AJO ARRIERO
FILETE DE POLLO AL AJILLO
YOGUR

NO LECTIVO

21

22

23

24

25

FESTIVO

FESTIVO

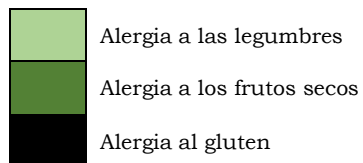
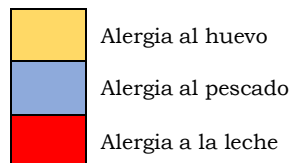
FESTIVO

FESTIVO

FESTIVO



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes 1
				Cinta de lomo Arroz con verduras
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
	Sajonia a la plancha Sajonia a la plancha		Ensalada campera	Pasta especial Hamburguesa ternera
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
Pollo asado	Carne con verduras Arroz con tomate	Rollitos de primavera Pasta especial	Salteado verdura, pollo, Sopa pasta especial	Filete pollo plancha Brocoli rehogado
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
Tortilla francesa Tortilla francesa Tortilla francesa Pasta especial	Quinoa con calabacin	Contra de pollo asada Sopa pasta especial	Arroz 3 delicias Hamburguesa plancha	SEMANA SANTA
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves	Viernes
SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA



* **AZÚCAR, FRUCTOSA:** se elimina o sustituye por otros alimentos
 * **CERDO:** se elimina o sustituye por otros alimentos
 * **PESCADO:** se elimina todo tipo de pescado y marisco

* **MARISCO:** no se elimina el pescado salvo que la familia indique lo contrario.
 * **PESCADO ESPECÍFICO:** se sustituye por otro tipo de pescado